



Romana 207.49.00 «Разгибание ног»



Габаритные размеры	Длина, м	1,14
	Ширина, м	0,573
	Высота, м	992
Вес нетто/брутто, кг, не более		120/155
Максимальный вес пользователя, кг		125
Срок службы, лет, не менее		5

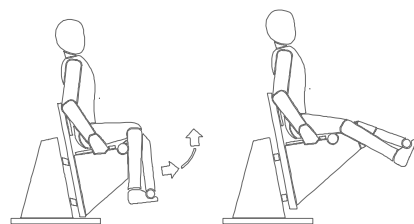
Уличный тренажер для физического развития пользователей от 14 лет, предназначен для доступных занятий физической культурой, используя в качестве нагрузки собственный вес, может быть использован при тренировочных занятиях и проведении спортивных мероприятий.

Разгибание ног сидя это изоляционное упражнение, направленное исключительно на развитие мышц передней поверхности бедра - квадрицепсов. В нем нет нужды сохранять равновесие, и по этой причине в работе не принимают участие мышцы-стабилизаторы. Сам по себе тренажер имеет сиденье со спинкой для поддержки позвоночника, что делает его безопасным.

Сидя на тренажере, заведите ноги под валик и возьмитесь руками за боковые рукоятки. Вдохните. На выдохе, используя силу квадрицепсов, максимально распрямите ноги. Задержитесь на 1-2 счета в этом положении и затем медленно верните снаряд в исходное положение. Повторите заданное количество раз.

Конструкция включает:

- Платформу – 1 шт;
- Стойку – 1 шт;
- Корпус с сиденьем, спинкой, опорной трубой и двумя рукоятками – 1 шт;
- Рычаг с трубой – 1 шт.



Материалы:

- Платформа из листовой стали толщиной не менее 4 мм, длиной не менее 754 мм, шириной не менее 260 мм;
- Стойка из листовой стали толщиной не менее 2,5 мм;
- Корпус из листовой стали толщиной не менее 2,5 мм.
- Сиденье из прочной пластмассы, устойчивое к ультрафиолету, влажности и морозам.
- Рычаг из металлический листа толщиной не менее 4 мм длиной не менее 515 мм, скрепленный заклепками в балку коробчатого сечения с металлической трубой на конце, диаметр которой не менее 76 мм длина не менее 420 мм.
- Оцинкованный крепеж;
- Полимерная порошковая эмаль, наносимая на металлические детали методом запекания в заводских условиях.
- Пластиковые заглушки.

Тренажер устанавливается на открытых уличных участках, находящихся под контролем ответственного лица – эксплуатанта.

